
02. ALIMENTAÇÃO E TÉCNICA: REFLEXÕES SOBRE NUTRICIONISMO

Daniela Rodrigues dos Santos Delmondes¹

Introdução

Tentar adentrar a intersecção entre alimentação e técnica pelo prisma sociológico, implica em nos lançarmos na constituição do homem. Pedra fundamental da pesquisa social, este evento aparece muito mais como um processo contencioso do que uma ruptura brusca entre natureza em cultura. Mesmo diante de todo conhecimento antropológico constituído nos deparamos com interpretações que, mesmo percorrendo outras trilhas, intentam chegar ao mesmo objetivo. Tentamos aqui construir uma narrativa que exponha o animal homem e seu processo de autocriação, por um lado, e por outro trazer a este recorte uma abordagem da alimentação e nutrição que aparece dentro do quadro teórico dos estudos sobre técnica moderna.

Este percurso é pertinente pois discussões sobre estes temas (homem, técnica e alimentação) revelam traços incontornáveis da humanidade do homem. Pensar no desenvolvimento da medicina e da ciência da nutrição é pensar também sobre um projeto de melhoria, por assim dizer, constitutivo e disciplinado do próprio o homem que se sente tensionado pelo melhor ainda não realizado.

O fenômeno da alimentação é, na atualidade, sem dúvida uma das atividades humanas que mais reúne questionamentos e programas de ação pelos atores sociais. Saúde e qualidade de vida são pautas incessantemente exploradas na ciência e na mídia, em escala global. A produção de informações sobre os alimentos atualmente é imensa. Estas, supostamente, atestam as qualidades e perigos de substâncias e nutrientes, impregnando imaginários coletivos e influenciando escolhas e práticas alimentares modernas de forma bastante palpável.

¹ Doutoranda em Sociologia - PPGS/UFS. E-Mail: daniela.rss@hotmail.com.

A relação entre alimentação e saúde tem sido cada vez mais realçada – processo em curso desde o século XIX, de forma mais decisiva a partir da segunda metade do século XX. Cada vez mais os problemas de saúde pública foram associados à alimentação e ao modo de vida urbano e sedentário. O que gerou, conseqüentemente, implicações políticas e econômicas, pois os dados científicos que apontaram para esta associação serviram como fatos que embasaram ações governamentais no intento de investir na qualidade de vida da população e reduzir os elevados gastos com saúde pública. De forma crescente, pensar sobre nutrição e saúde é, conseqüentemente, pensar em termos técnicos e científicos sobre alimentação. Através dos discursos e práticas neste campo emergem noções e programas sobre homem, sua auto constituição e o triunfo do seu corpo.

1. O Homem

O *homo sapiens* precisou desde sempre de esforços que resultaram no seu tornar-se homem. Este aparece então como um fenômeno extremamente prodigioso, quase miraculoso, de produção e autoprodução que ultrapassa todo limite imaginável. O diligente amparo, a compensação, a produção e a reprodução se conectam fazendo parte de um emaranhado disciplinador, que domestica a animalidade do homem através de técnicas gerais de autoprodução que podem ser entendidas no conceito sloterdijkiano de “antropotécnica”. Em termos gerais isto implica dizer que o *homo sapiens* é, na verdade, fruto de um longo caminho de refinamento autoplástico.

A autoprodução dedicada, esse privilégio executado há milhões de anos, tornou o homem o que ele é. Esse contínuo processo comporta adequadamente a ideia deque a técnica é, por sua vez, em si antropógena, pois é ela quem gera o homem, como dizia Ortega y Gasset: “Um homem sem técnica, isto é, sem relação contra o meio, não é homem” ([1939] 1963, p. 18).

Nesse sentido, a técnica fornece ao homem possibilidades de amparo e adaptação ao mundo. O homem sendo o “ser técnico” se diferencia do animal, “ser atécnico”, e desenvolve-se na medida dos atos técnicos que empreende criando assim uma sobrenatureza que o possibilita de fato existir. Todos os outros seres coincidem com seu entorno, com as condições objetivas de sua existência, enquanto o homem carece dessa adaptação ao meio, à sua circunstância. Sendo assim, através dos atos técnicos, o homem pode modificar a natureza, fazendo com que apareça algo que nela não há de forma tão específica. E ao

conjunto desses atos técnicos, Ortega y Gasset dá o nome de técnica, definindo-a como: “a reforma que o homem impõe à natureza em vista da satisfação de suas necessidades”; ou, em outras palavras: “a reação energética contra a natureza ou circunstância que leva a criar entre esta e o homem uma nova natureza posta sobre aquela, uma sobrenatureza” ([1939] 1963, p. 14).

O entendimento do homem como um produzir-se a si mesmo constante que, desde o início da “aventura da hominização” até os dias de hoje, executa processos domesticadores e seletivos, nos leva ao conceito “atropotécnica²”. Este nos informa que técnicas praticadas por homens para criar homens nos remete a esse empreendimento humano autoplástico no qual a plasticidade é uma realidade fundamental e uma tarefa inevitável. Assim, nossa vida seria uma vida de exercícios³.

Esta percepção é fundamental para uma compreensão deste ser excêntrico que é o ser humano. Sloterdijk afirma mesmo que:

“Antropologia não pode mais ignorar a realidade de tais elementos, a menos que deseje falar em torno dos vectores decisivos da condição humana. Onde quer que se encontre membros da raça humana, eles sempre mostram as características de um ser que está condenado ao esforço surrealista. Quem vai em busca dos seres humanos vai encontrar acrobatas” ([2009] 2013, p. 13).

2. Antropotécnica

Em sua obra de 2009 intitulada *Du mußt dein Leben ändern* (“Você deve mudar a sua vida”) Sloterdijk apresenta a vida humana como vida de exercícios, através da ideia de que o homem desde sempre sentiu um imperativo que o movia a não mais permanecer como era antes: “Não é o andar reto que transforma o homem em homem, mas a consciência crescente do desnível interior que faz com que o homem se levante” (p. 60).

Isto é o cerne da história humana: o ímpeto de transformar a si mesmo em algo diferente do que se é. O homem aparece aqui como um ser não-acabado que atraído por um polo positivo vertical é provocado neste processo para tornar-se em algo melhor. Estes exercícios são fruto de uma acesse constante que o autor reconhece ao longo da história da

² Sloterdijk (2000; [2009] 2013).

³ Exercício é “qualquer operação que conserva ou melhora a qualificação do ator para realizar a mesma operação da próxima vez, seja ela declarada como exercício ou não” (Brüseke, 2011, pág. 14). Exercitar-se exige postura ascética no sentido que necessita de permanentes esforços para se aproximar do ideal e evitar o dispêndio de energia que a decadência exige.

humanidade desde os antigos filósofos gregos, passando por brâmanes, primeiros cristãos até ordens monásticas medievais, reaparecendo no século XX e XXI num segundo momento. Brüseke (2011) nos diz que “As práticas ascéticas, indispensáveis também entre os modernos, ocultam-se sob os nomes da arte, da formação e do trabalho. Somente no atletismo contemporâneo assumem-se as práticas ascéticas como tais” (p. 171).

Antes de confundirmos estas autotransformações como expressões de religiosidade devemos enxergar nelas sistemas éticos norteadores que guardam diretrizes gerais civilizadoras. É na distinção entre um polo negativo, repulsor, e um positivo atrator, que se desenrolam estes processos transformadores. Para o autor a religião não existe; o que existe, na verdade, são interpretações imprecisas de “(...) variados sistemas de práticas antropológicas e conjuntos de regras para moldar o comportamento interior e exterior de alguém” (Sloterdijk, [2009] 2013, p. 84). Mesmo sendo inegável o papel das religiões como conjunto de rituais coletivos e narrativas empenhadas no alívio do sofrimento de seus fiéis, práticas ascéticas envolvem contenções de paixões e disciplina, algo que muitas vezes surge fora do escopo da religião. A fé é revelada como a versão atualizada de uma disposição que é inerente à existência humana.

Dentro desta escalada vertical os homens são criaturas excedentes que transbordam continuamente seu substrato biológico. Sua existência é como o triunfo sobre a improbabilidade. Por estar constantemente se expondo a situações de risco precisam de sistemas imunológicos que lhe garantam estabilidade e continuidade de sua vida. Estes sistemas – sociais, psíquicos e simbólicos – vão além do primeiro em termos evolutivos, a saber o biológico, e através de práticas físicas e mentais tentam aprimorar seu estado mundano e imunológico em face dos riscos da vida e certeza viva da morte. Consequentemente, os sistemas imunes podem ser definidos segundo o autor “a priori como as expectativas incorporadas de lesão e programas correspondentes de proteção e reparação” (idem, p. 8).

Estes três sistemas imunes funcionam em interações e em camadas, um sobre o outro. No curso da evolução mental e sociocultural do homem, Sloterdijk aponta mais dois sistemas complementares desenvolvidos para o tratamento preventivo de lesões, como o biológico tem feito em seu substrato fisiológico: em primeiro lugar temos os métodos sócio-imunológicos, especialmente os legais e solidários (e também os militares) pelos quais as pessoas resolvem seus conflitos com agressores distantes e vizinhos hostis ou prejudiciais; e em segundo lugar práticas simbólicas ou psico-imunológicas em que os seres humanos sempre se basearam para

gerenciar sua vulnerabilidade sob a forma de antecipações imaginárias e armaduras mentais (idem, p. 9).

Aqui nem religião, nem comunicação e nem trabalho são categorias que dão conta de classificar o homem em sua essência. O enfoque é constituição autoplástica dos fatos humanos essenciais; é através da aceitação de uma antropotecnologia geral do homem que podemos claramente descreve-lo em sua realidade. Esta antropologia fincada na materialidade da técnica humana apresenta os seres humanos como as criaturas que vivem em recintos de disciplinas tanto voluntárias como involuntárias – indisciplinas e anarquismos figurariam do mesmo jeito num recinto de disciplina, sendo apenas consideradas como formas diferentes da mesma; formas de disciplina em recintos alternativos.

Sloterdijk cita Foucault, entre tantos outros, ao se debruçar sobre essa autoprodução disciplinada do homem, mas o faz de um ponto de vista crítico que pretende ir além ou até mesmo olhar para a mesma questão com outro viés interpretativo. No seu entender não são as instituições repressoras de vigilância que produzem o homem moderno e sim escolas, oficinas, ateliês artísticos. É o que Brüseke (2011) vem chamar de “uma verdadeira ortopedia humana formando com todos os meios da antropotécnica uma nova juventude” (p. 171).

Nesse sentido Rocca (2013) enxerga na transformação técnica dos indivíduos presente no conceito geral de antropotécnica de Sloterdijk a constituição do design humano, o que para ele é em sentido mais específico biopolítica. Assim ele relaciona o conceito de antropotécnica com duas acepções foucaultianas: antropotécnica como “melhora do mundo” (*Weltverbesserung*), que seria biopolítica, e antropotécnica como “melhora de si mesmo” (*Selbstverbesserung*) ou cuidado de si. Esta relação é pertinente para o autor no sentido em que são operações mais precisas de conceitos de Foucault que Sloterdijk leva à frente por entender suas limitações na obra do filósofo francês. Uma compreensão mais acurada do governar do homem sobre si mesmo e sobre os outros só pode vir a acontecer mediante uma leitura antropológica mais ampla, que não teria sido efetiva no trabalho de Foucault.

Sloterdijk avanza en su análisis e identifica tres “edades biopolíticas” durante la Edad Moderna: la de los siglos XVI y XVII, encarnada en el Estado moderno y el capitalismo; la de comienzos del siglo XIX, encarnada en el socialismo, y la de los años treinta y cuarenta del siglo XX, encarnada en el fascismo. Capitalismo, socialismo y fascismo son las tres encarnaciones de la biopolítica moderna orquestadas por el Estado bajo el imperativo de la producción (*Leistungsimperativ*). Las tres han buscado convertir a las masas en ejércitos entrenados sistemáticamente para “mejorar el mundo” (ROCCA, 2013, p. 118).

Na modernidade tem-se um acréscimo de experimentalismos técnicos, artísticos e políticos ao quadro ascético já existente na antiguidade. Ao mesmo tempo torna-se mais visível o comprometimento pessoal de cada um nas tensões verticais e efeitos hierárquicos do tipo não político. A personalidade individual ganha espaço e tem-se uma diferenciação entre o movimento vertical ascético e o aperfeiçoamento pessoal que tende a acontecer na horizontalidade – uma “desverticalização da existência”. São criadas relações auto-referenciais que comprometem o indivíduo a participar na sua própria subjetivação. Ao invés de ser provocado para cima o homem moderno impulsiona-se para o novo e melhor à frente. Ciência e técnica, entre outras áreas, apresentam caminhos que trazem “o novo” que tende a ser a esperança de melhoria de vida, de aplanamento das tensões e dificuldades.

Este enfraquecimento do imperativo metanoético (“*Você tem que mudar sua vida!*”) se dá no plano de uma ascese desespirtualizada. Esta ascese desespirtualizada e massificada perde seu conteúdo vertical e de diferenciação – algo que marcava as tensões verticais – e impregna a modernidade, especialmente do século XX em diante, visto que a distinção entre virtuosos e não virtuosos se enfraquece diante de tecnologias individuais. Estas são forjadas de acordo com uma hierarquia moral independente das hierarquias sociais, religiosas e políticas. A excelência moral não é mais fruto de linhagem ou divisão aristocrática, mas de exercícios metódicos e auto operação sob a marca do trabalho sobre si mesmo (Rocca, 2013). Operações de fora para dentro também são um marco deste momento, deixando evidenciar uma certa passividade do sujeito em meio a este “deixar-se operar”.

É interessante notar que, apesar desta constante prática estar presente na história humana quando falamos em antropotécnica, estas durante muito tempo foram despercebidas em rotinas de treinamento ou não declaradas. Tornam-se visíveis apenas com os primeiros seres humanos praticantes ascéticos ostensivos. Os atletas modernos são um exemplo desta situação. Ao iniciar a narrativa antro-po-filosófica do imperativo “você deve mudar sua vida”, Sloterdijk se dedica ao poema de Rilke sobre o torso de Apolo (“*Archaischer Torso Apollos*” / “Torso arcaico de Apolo”, 1908) e nos traz a ideia do atletismo como o paradigma da ascese desespirtualizada, fora de qualquer contexto de transcendência, tendência da contemporaneidade.

“Seu traço definidor é o retorno do atleta como figura-chave do antigo idealismo somático” (Sloterdijk, [2009] 2013, p. 27) num período final do Renascimento na Europa, em torno de 1900 – onde este renascimento entra na sua fase cultura de massa. Sua característica mais importante seria o esporte e este afetou profundamente o *ethos* dos modernos. A

instauração dos jogos olímpicos modernos pelo Barão de Coubertain em 1896 marcou o início de seu triunfo. Este culto do esporte que explodiu neste momento carrega assim um proeminente significado intelectual-histórico ou, nas palavras do autor, “histórico-ético e histórico-ascético, pois demonstra uma mudança epocal de ênfase no comportamento prático, uma transformação melhor descrita como um re-somatização ou des-espiritualização do asceticismo” (p. 27).

Dois grandes ideais seriam influentes no século XIX: socialismo e somatismo. Mas seria exatamente este último que se estabeleceria amplamente de forma mais definitiva ainda no século XXI.

O movimento atlético, enquanto somatismo, era condenado a se integrar na cultura de massas e afirmou-se, com cada repetição, como uma profana máquina de eventos. O movimento olímpico pode ser visto hoje como o exemplo mais nítido da desespiritualização da ascese, exemplo que deve incluir todo esportismo do século XX, sem esquecer os exercitantes nas “academias” contemporâneas (BRÜSEKE, 2011, p. 165).

Dentro deste sistema de adestramento Sloterdijk vê a importante figura do treinador. Diferentes tipos são categorizados (desde primeiros cristãos, brâmanes a professores e filósofos) mas um nos interessa especialmente neste momento: estes são os técnicos no sentido mais literal da palavra; o *coach*, o *personal trainer*. São treinadores modernos num sentido mais pragmático e menos hierarquizado, aqueles que são parceiros oportunos em tensões verticais não-metafísicas, que dão à vida de quem é treinado uma segurança e que comportam habilidades de prescrever exercícios de forma racional e medicinal. É o que o autor, de forma mais detalhada e aprofundada, vai chamar de “transformação pós-metafísica da tensão vertical” (p. 56).

Ainda que haja um contra movimento que eleva o atleta extremo ao mais alto posto exemplar, diminuindo o caráter heroico do papel do treinador (assim como pode-se ver na religião) é relevante perceber este fluxo cravejado não só no sentido atlético, mas em várias esferas da vida do homem contemporâneo. A busca da indicação do expert e o re-adestramento de nossas vidas para um melhoramento do que se tem hoje é palpável. “No meu momento mais consciente, sou afetado pela oposição absoluta ao meu status quo: a minha mudança é a única coisa que é necessária (Sloterdijk, [2009] 2013, p. 25)”. Sentimos, a assimetria entre o que é o que deveríamos ser e buscamos na autoridade de um treinador a melhor forma de nos transformarmos em algo melhor. Isso nos leva a um paralelo com um aspecto específico da contemporaneidade: o nascimento, crescimento e popularização da

ciência da nutrição e o nutricionismo que acompanha todo este movimento de otimização de processos fisiológicos para um resultado que melhor condiz com o que devemos ser.

3. Nutricionismo

O termo “Antropotécnica”, retomado e refinado aqui por Sloterdijk, aparece primeiramente nos anos 20 do século XX nos escritos do russo⁴ Valerian Muraviev. Neste momento o termo diz mais sobre a produção de uma nova forma de seres humanos através da tecnologia. Em meio a pesquisas, que levaram em consideração tanto tradições espirituais orientais e ocidentais, Muraviev viu a ligação entre o aspecto ascético e a revolta técnica contra a natureza ao qual os homens empreendiam. Dando ênfase ao aspecto técnico e seletivo muito mais do que aos aspectos morais e psicológicos da fundação deste novo homem.

Mesmo que este seja apenas um aspecto da intelectualidade soviética é interessante pensar neste contexto quando levamos em consideração que esta produção do proletariado seguia um caminho planejado de governo dos corpos, com medidas científicas como até mesmo uma dedicada ciência nutricional. Na difusa história da constituição da ciência da nutrição nos deparamos com dados que apontam para vários movimentos espalhados pelo globo, que vão no sentido de otimização do que se ingere. Isto paralelo a descobertas das substâncias contidas nos alimentos que vêm a ter depois um papel decisivo para a alimentação do século XX e XXI.

Se desde o início do século XX aparecem os primeiros indícios da constituição da profissão do nutricionista, no Canadá e Estados Unidos por exemplo, a figura do dietista⁵, do profissional indicado para associar alimentação à saúde da população ganha um peso científico maior na própria União Soviética. Tem-se a instauração do primeiro Instituto Científico dedicado ao estudo de nutrição, com cozinha experimental e dietoterápica,

⁴ “Naturalmente, a forma de pensamento contemporâneo da “produção do produtor” era um cliché onipresente em toda a esfera soviética - pelo menos não no mundo do trabalho, onde o imperativo da modernização forçada apresentou-se mais abertamente. Ele ditou a produção em massa de proletariado socialista como a missão prevista mais premente; se eles não existissem antes, os supostos portadores da revolução deveriam pelo menos ser trazido à existência após o evento. O jogo de linguagem da produção humana foi igualmente firmemente estabelecido na pedagogia soviética (p. 397/398)”.

⁵Cf. “Nutricionista”. Disponível em: <<http://www.rgnutri.com.br/sap/tr-cientificos/ddn01.php>>. Acesso em: 06 Abr 2016.

principalmente para o estudo da conservação e valores nutricionais dos alimentos⁶. O Instituto Estatal de Pesquisa em Nutrição (centrado em Moscou com filiais na maioria das grandes cidades) tinha seções para a fisiologia e bioquímica da nutrição, higiene dos alimentos, dietética terapêutica, alimentação das crianças e para formação de estudantes em dietética.

Ainda assim as promessas desta cientificação estatal planejada não deve afastar o fantasma de todas as secas e fomes, principalmente politicamente provocadas, dentro e pelo regime soviético. É interessante notar apenas, até mesmo como curiosidade, como papel do gerenciamento dos corpos é algo fundamental não só para o estado moderno, mas principalmente em regimes totalitários.

As bases do que viria a se constituir como ciência nutricional foram sendo assentadas de acordo com descobertas de químicos e físicos que passaram a desvendar o mistério dos alimentos e do metabolismo humano. William Prout, médico e químico inglês, em 1827 traz à tona três elementos principais do alimento: proteínas, gorduras e carboidratos. Justus von Liebig apresenta alguns minerais decretando a solução do mistério da nutrição animal. Em 1912, Casimir Funk batiza sua descoberta de vitaminas (*vita* + *amina*, i.e., compostos orgânicos organizados em torno do nitrogênio). Este seria o primeiro conjunto de micronutrientes descoberto⁷.

Sobre isso Pollan (2008) diz:

“As vitaminas deram grande contribuição ao prestígio da ciência nutricional. Essas moléculas especiais, que primeiro foram isoladas dos alimentos e mais tarde sintetizadas em laboratório, podiam curar deficiências nutricionais como o escorbuto e beribéri quase da noite para o dia, numa demonstração convincente do poder redutivo da química (p. 27).”

Vê-se um movimento que se segue a estas descobertas, que se lança na busca de informações e indicações corretas para prevenir, melhorar, corrigir a saúde. Mesmo que de forma incipiente neste primeiro momento, a sede de melhora se mantém presente e ativa. Exemplos disso são fartos, principalmente nas tendências e modas alimentares e de suplementos que desde então fazem parte das ideias compartilhadas pelos sujeitos leigos. Como, por exemplo, um certo glamour trazido pelas vitaminas que rapidamente caem nas graças da classe média – estrato social que não figurava entre os que sofriam das enfermidades que se acreditava que as vitaminas ajudavam a combater.

⁶Cf. SBARSKY, B. *Development of collective feeding in U.R.S.S.* In: Bulletin de la Societe Scientifique d'Hygiene Alimentaire, 1933, Vol. 21, pp. 254-265. Disponível em: <<http://www.cabdirect.org/abstracts/19331403396.html;jsessionid=C60AD2B6BC342F1317DA31705179CE16>>. Acesso em: 27 Mar 2016.

⁷ Cf. Pollan, 2008, P. 26.

Da mesma forma, a partir da década de sessenta do século XX os já formados institutos que se dedicam à ciência nutricional, junto a comissões governamentais, buscam informar os estados e a população sobre o que preferencialmente ingerir. Em linhas gerais, começa-se a enxergar neste fluxo o que veio a ser chamado de “nutricionismo” (Scrinis, 2013). É dentro deste contexto que se fala sobre, por exemplo, um dos fenômenos mais marcantes desta ideologia: a hipótese (e fobia) lipídica.

A hipótese lipídica⁸ foi uma hipótese científica que associou as gorduras algo negativo. Pesquisas indicavam a ligação da ingestão de gorduras com doenças do coração. Mesmo tendo algumas críticas e resultados diversos de outras pesquisas, esta ideia se consolidou e ficou permanentemente no imaginário da população estadunidense, se espalhando também para várias partes do mundo. A partir de então tem-se um nutriente visto como danoso para nosso organismo e busca-se uma forma mais adequada de fazer com que, mesmo levando suas vidas normalmente, a população continuasse a consumir e a indústria alimentícia, por outro lado, continuasse a produzir.

Esta é uma outra característica deste emaranhado de informações e desinformações oriundos dessa busca pelo melhor caminho a seguir via alimentação: informações e pesquisas científicas muitas vezes não tem força para lutar contra certos lobbys da indústria. É o caso, por exemplo, descrito por Pollan (2008) acontecido em 1977 em Washington, Estados Unidos. Uma comissão, inicialmente formada para erradicar má nutrição, se reuniu para responder ao problema de aumento das estatísticas ligando alimentação a doenças crônicas. Esta, chamada de *Senate Select Committee on Nutrition and Human Needs*, preparou um documento chamado “*Dietary Goals for the United States*” associando o aumento das taxas de doença cardíaca, a partir da segunda guerra mundial, com o aumento no consumo de produtos de origem animal. Estes dados teriam sido vistos em contraste com outras nações que na mesma época tinham alimentação mais baseadas em vegetais e até mesmo à queda dessas doenças durante os períodos de guerra, momento em que carnes e produtos lácteos foram rigorosamente racionados.

Como resultado dos inquéritos e depoimentos a comissão publica um conjunto de orientações nutricionais que indica a redução do consumo de carne vermelha e produtos

⁸ Desde a década de 1950 cresce paulatinamente o corpo científico que propaga a ideia do consumo de gordura e de colesterol da dieta, muitos dos quais vieram de carne e produtos lácteos, era responsável pelo aumento das taxas de doença cardíaca no século XX. A “hipótese lipídica” logo foi endossada por órgãos como a *American Heart Association* que passou a recomendar uma “dieta prudente” que envolveria baixo teor de gordura saturada e colesterol – que são oriundos de produtos de origem animal Pollan (2008).

láceos. Consequentemente esta comissão é bombardeada por críticas principalmente das indústrias de carne e produtos láceos e o comitê reescreve suas recomendações. O conselho que advogava para “reduzir o consumo de carne” se transformou em “escolher carnes, aves e peixes que irão reduzir a ingestão de gordura saturada”.

Este é apenas um exemplo bastante interessante dentro do contexto em que grande influência sobre nossas escolhas e políticas públicas vem da ideologia do nutriente. É disso especificamente que trata o conceito “nutricionismo”. Diferente de nutrição, o estudo e conhecimento sobre nutrientes e saúde humana, nutricionismo é muito mais uma ideologia. Algo que engana porque se mostra apenas parcialmente. Na crítica deste conceito Pollan e Scrinis apontam um certo espírito do nosso tempo que vê no nutriente a salvação. Deixamos de comer alimentos e passamos a ingerir nutrientes.

Quando escolhemos ingerir, por exemplo, um iogurte com baixo teor de gordura (*low fat*) ou ômega-3 ao invés de um peixe, estamos dentro dessa excitação nutricional. Tendemos a procurar o que melhor pode nos servir, isso tendo como base a enxurrada de informações diárias e controversas sobre os nutrientes, seus benefícios e malefícios. Sabe-se que betacaroteno é funcional para algo específico do corpo então pode-se sintetizá-lo ou extraí-lo de uma cenoura, por exemplo, e enriquecer um outro produto qualquer. Mas os críticos do nutricionismo nos lembram que muito mais do que um reservatório daquele nutriente, um alimento como a cenoura tem inúmeros outros nutrientes e substâncias que ainda não conhecemos. Atribuímos à fonte daquele nutriente esta única finalidade de carregá-lo, e assim temos com nossa alimentação uma relação dividida, racionalizada, questionável.

Assim cada alimento inteiro passou a ser visto ou entendido de acordo com seu teor nutricional e com conclusões científicas. Alimentos processados podem ser reformulados – a avalanche de produtos alimentícios *light*, *diet*, *low-fat* e “integrais” não são a prova mais viva – enquanto os vegetais, por exemplo, ficam esquecidos ou têm um papel menos prestigioso no nosso dia-a-dia.

De modo geral isto está consoante com a modernidade técnica (Brüseke, 2001). Este conceito nos apresenta a época em que vivemos como marcada justamente por sua característica mais decisiva: seu caráter técnico. Lidamos aqui com um momento específico onde o pensamento moderno converte tudo em processos racionalizados e calculáveis, no sentido de ser preponderante na relação do homem com o mundo. Cada vez mais o cálculo se torna necessário e parte dos processos. Cada vez mais, calcula-se meios para chegar a fins e o mundo converte-se em material a explorar. Assim a técnica moderna, não só muda toda a

relação do homem com os outros entes, como tem consequências diversas aos seres que habitam o planeta. Homogeneizar, manipular, fabricar, reproduzir, acelerar... é nesse impulso tecnicizante que nos encontramos com nossos corpos e nossas vidas; buscando formas mais adequadas de triunfar, de aperfeiçoar todo nosso entorno e principalmente à nós mesmos.

Considerações finais

A nutrição tem desempenhado um papel cada vez mais marcante nas sociedades modernas. Como ciência está atrelada ao conhecimento químico e fisiológico sobre os processos metabólicos, mas seu desenvolvimento está ligado a disputas e controvérsias, por se tratar de algo que recebeu atenção crescente ao decorrer do tempo e que passou a influenciar a vida das pessoas. Hoje é considerada um saber de extrema importância que pretende garantir a saúde das pessoas, independentemente do local onde estejam.

A partir de tais conhecimentos, as mudanças ocorridas na cultura alimentar passaram a refletir em mudanças sobre o corpo e saúde modernos quando levaram ao entendimento que os nutrientes seriam mais importantes que os alimentos. Isto, fundando “uma ideologia do nutricionismo” defendida pela indústria alimentar, propagou na cadeia alimentar, e no consumo final, um conhecimento científico reducionista. Este conhecimento sobre área tão específica demanda especialistas que identifiquem o que deve ser ingerido e o entendimento da alimentação como fonte de saúde física. O que, conseqüentemente, gera uma percepção diferenciada de saúde e da relação entre esta última, a alimentação e ambiente.

Apesar de extremamente viva na cultura humana, a ligação entre dieta e saúde se apresenta em diversas formas, bem como as maneiras em que tais conceituações são traduzidas em crenças e práticas reais. Beardsworth e Keil (1997) ressaltam como um ponto de partida a relação entre dieta e saúde como tendo dois aspectos opostos: positivo e negativo. O aspecto positivo é baseado na ideia de que certas combinações de alimentos ou dietas podem produzir resultados benéficos para a saúde. Assim, certas escolhas alimentares são vistas como manutenção ou aumento, da resistência de um indivíduo à doença ou como a promoção da eficiência ou durabilidade do corpo. De forma semelhante, certos alimentos, ou um dado regime dietético, podem ser vistos como adequados para o tratamento ou controle de uma doença e para o alívio de seus sintomas, aspecto negativo.

No entanto, a racionalização e a medicalização de questões relativas à alimentação, dieta e saúde produziram mudanças significativas bem como a oferta de um poder explicativo e sofisticação teórica às tais questões. Por conta de seu caráter científico as formulações nascentes nesta área se tornaram propriedade intelectual dos especialistas e profissionais altamente treinados: médicos e pesquisadores, fisiologistas, nutricionistas e dietistas. Dessa forma, ficam distantes do alcance dos membros ordinários da sociedade, aos quais restam informações parciais, seletivas e confusas. Contudo, a racionalização da alimentação é entendida cada vez mais como uma retomada da autoridade do conhecimento nutricional e sobre as escolhas alimentares, na medida em que estas afetam a curto e longo prazo a saúde dos atores sociais (idem, p. 142).

Em contraponto à esta racionalização da alimentação ou das dietas, Beardsworth e Keil (1997) apontam alguns quadros elucidativos como o que chamam de “movimento de alimentos saudáveis”. Mesmo estes quadros se encontram completamente imersos na ideia técnica sobre alimentação e entendem todo seu funcionamento sobre bases reducionistas. Ainda assim este “menu racional”, competindo com perspectivas ortodoxas, dá promova a ideia de proporcionar às pessoas a sensação de poderem, elas mesmas, influenciarem a sua própria saúde para melhor, por meio de escolhas e práticas em que elas sentem particularmente controlar e compreender.

O florescimento deste campo científico se deu de maneira decisiva no início do século XX, momento em que notamos junto à ideia do renascimento atlético uma forma de religião dessacralizada, fruto do somatismo que inunda estes dois últimos séculos. Especificidades à parte, este movimento que tem o corpo atlético como exemplar chegando mesmo a figurar como um semi-deus emana a consciência do desnível entre o que se é e o que poderia ser. “O atletismo, sob o pretexto da restauração do olimpismo da antiguidade, reativa o asceta, que, fora de qualquer contexto transcendental, tenta se superar para conseguir competir com outros atletas envolvidos no mesmo projeto de autossuperação” (Brüseke, 2011, p. 164)

Não seria um exagero ver à luz deste panorama uma relação entre a história da nutrição relacionada com este ímpeto humano massificado e des-espiritualizado. A própria ciência da nutrição mesmo se iniciado com propósitos mais sociais de combate à desnutrição e controle da fome e má formação da população – uma forma de biopolítica – aliou-se rapidamente também as necessidades dos atletas de alto desempenho. Estes precisam da ingestão correta de nutrientes para combustão correta no momento da prova e posterior recuperação. Quando pensamos em dietas midiáticas que estampam capas dos livros mais

diversos, best-sellers nas vitrines das livrarias atuais, podemos rapidamente perceber quantos tem como propaganda positiva o anúncio da dieta deste ou daquele atleta, bem como de celebridades.

Outra ideia geral é a de que políticas dietéticas baseadas em nutrientes melhorariam os índices de saúde pública, mais isto não é necessariamente verdadeiro. Quanto mais sabemos sobre alimentos, terapias, dietas e nutrientes menos saudáveis estamos. Relatórios recentes da Organização Mundial de Saúde indicam que nunca como antes estivemos tão acima do peso⁹ ao mesmo passo que o número de diabéticos nas Américas triplicou desde a década de 1980¹⁰.

Esta seria outra característica da era do nutricionismo: quanto mais foco em nutrientes isolados menos sabemos sobre nós mesmo e saúde. Quanto mais se divulga um produto nos termos de sua funcionalidade – “enriquecido com vitaminas, proteína e cálcio”, por exemplo – menos aquele produto é entendido como alimento. Ele é um produto maleável, produzido minuciosamente que nos vende o que queremos comprar, desconectado da integralidade da comida como alimento, que por sua vez não tem consigo nenhum slogan ou indicação.

Quando o nutriente é mais relevante do que o alimento precisamos ser guiados por autoridades que possam nos traduzir estas premissas científicas. Nutrientes são substâncias invisíveis e misteriosas, o que nos faz necessitar de especialistas para nos explicar porque um alimento é saudável ou o que é comida. Aqui o profissional de nutrição é a autoridade máxima. Ele pode servir como um de nossos *personal trainers*, que de forma ampla, dita para toda sociedade quais caminhos devem ser percorridos. O médico nutrólogo, o dietista tem palavra final sobre como devemos mudar nossa alimentação de forma a nos transformarmos em algo que ainda não somos. Sair do sedentarismo, combater a obesidade, ser uma pessoa de hábitos e corpo renovado são exercícios modernos que precisam de disciplina e da autoridade exemplar do profissional que guia nossa vida e nosso entendimento de saúde e alimentação. Rocca (2013), sobre a Antropotécnica de Sloterdijk, nos diz que: “O resultado do exercício é mostrado na condição atual, ou seja, no estado de formação do praticante, que, dependendo do contexto, é descrito como um hábito, virtude, virtuosidade, a concorrência, a excelência ou adequação (fitness)”. Mudar, avançar sobre o limite do improvável: este movimento, mesmo

⁹A Organização Mundial de Saúde aponta a obesidade como um dos maiores problemas de saúde pública no mundo. A projeção é que, em 2025, cerca de 2,3 bilhões de adultos estejam com sobrepeso; e mais de 700 milhões, obesos.

¹⁰ Cf. “Número de pessoas com diabetes nas Américas triplicou desde 1980”. Disponível em: <http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5053:numero-de-pessoas-com-diabetes-nas-americas-triplicou-desde-1980&Itemid=839>. Acesso em: 06 Abr 2016.

que de forma enfraquecida e perdendo muito da sua carga disciplinadora, está presente nessa busca supostamente racional sobre nossos hábitos e nossa saúde.

Referências

BEARDSWORTH, A.; KEIL, T. **Sociology on the menu: An invitation to the study of food and society**. New York: Routledge, 1997..

BRÜSEKE, F. J. **A Técnica e os Riscos da Modernidade**. Florianópolis: EDUFSC, 2001.

_____. **A Modernidade Técnica: Contingência, Irracionalidade e Possibilidade**. Florianópolis: Insular, 2010.

_____. Uma vida de exercícios: a antropológica de Peter Sloterdijk. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 26, n. 75, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010269092011000100010&lng=en&nrm=iso>. Acessado em: 04 Mai 2011.

GALIMBERTI, U. **Psiche e Techne: o homem na idade de técnica**. São Paulo: Paulus, 2006.

GARREAU, J. **Radical Evolution: The Promise and Peril of Enhancing our minds, our bodies – and what it means to be human**. New York: Doubleday, 2005.

GEHLEN, A. **A alma na era da técnica**. Lisboa: LBL Enciclopédia, [1949]1957.

HARAWAY, D.; KUNZRA, H. **Antropologia do Ciborgue. As vertigens do pós-humano**. Belo Horizonte: Autêntica, 2000.

HAYLES, K. **How we became posthuman: virtual bodies in cybernetics, literature and informatics**. Chicago: The University of Chicago Press, 1999.

HEIDEGGER, M. A Questão da Técnica. In: **Ensaio e Conferências**. Petrópolis: Vozes, [1954] 2006.

LE BRETON, D. **A sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2006.

_____. **Adeus ao corpo**. Campinas: Papirus, 2007.

ORTEGA Y GASSET, J. **A meditação da técnica**. Rio de Janeiro: Livro Ibero-Americano Ltda, [1939] 1963.

POLLAN, M. **Em defesa da comida: um manifesto**. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2008.

POULAIN, J. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço social alimentar**. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2004.

ROCCA, A. V. “Peter Sloterdijk: El animal acrobático, prácticas antropotécnicas y diseño de lo humano”, In: **NÓMADAS**, Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas - UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID, Nº 39 | Julio-Diciembre, 2013 (I), pp. 100-125. Disponível em:

<http://pendientedemigracion.ucm.es/info/nomadas/39/adolfovrocca_es.pdf>. Acesso em: 04 Mar 2016.

SFEZ, L. **A saúde perfeita**. Lisboa: Instituto Piaget, 1995.

SIBILIA, P. **O homem pós-orgânico – corpo, subjetividade, e tecnologias digitais**. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2002.

SLOTERDIJK, P. **Regras para o parque humano. Uma resposta à carta de Heidegger sobre o humanismo**. São Paulo: Estação Liberdade, 2000.

_____. El hombre operable: Notas sobre el estado ético de la tecnología gênica. **Revista Artefacto**, nº 4, 2001.

_____. **O sol e a morte - investigações dialógicas**. Lisboa: Relógio D’Água Editores, 2007.

_____. Impulso hacia arriba y mimo: para uma crítica del humor puro. In: **Esferas III**. Madrid: Siruela, 2006.

_____. **You must change your life**. Cambridge/Malden: Polity Press, [2009] 2013.

SCRINIS, G. **Nutritionism: the science and politics of dietary advice**. New York: Columbia University Press, 2013.